Taller Inteligencia y Liderazgo Emocional

Total horas: 20 horas
Plazas: 15 personas
Formación: Presencial
Profesor: Luis Utrilla

¿Qué es la Inteligencia Emocional?

- Re ere a la capacidad humana de sentir, entender, controlar y modificar estados emocionales en sí mismo y en las demás personas.
- Inteligencia emocional no es ahogar las emociones, sino dirigirlas y equilibrarlas.
- Ser más inteligente emocionalmente le traerá múltiples beneficios en el ámbito personal, relacional y laboral.

Metodología

- Taller 70% practico, 30% expositivo.
- Cada alumno es una experiencia comunicativa única, y como tal se aborda su entrenamiento.
- Nuestro objetivo es preservar la autenticad mejorando el desempeño del alumno.
- Buscamos que el alumno sea consciente de lo que hace, dice y como lo dice para así corregir donde sea necesario hacerlo.

Evaluación

- Feedback resultante del cuestionario de autoevaluación de Inteligencia Emocional.
- Material de apoyo al alumno para lectura en casa.
- Material impreso de la presentación de apoyo del curso con los contenidos más relevantes.
- Materiales de trabajo del alumno. Diploma de participación.

Dirigido a

- Profesionales y ejecutivos que en el ejercicio de su cargo necesitan relacionarse óptimamente y de manera integral con personas y grupos.
- Personas con cargos de jefatura o gerenciales que quieran optimizar el trabajo con sus equipos y colaboradores.
- Quien desee adquirir conocimientos y herramientas para desarrollar una mejor relación consigo mismo, aumentar la calidad de sus relaciones con las demás personas, y vivir de manera más satisfactoria con su entorno.
- Personas con espíritu de superación, que desean un cambio personal y desarrollo constante, optimizando los recursos que poseen, y mejorando en aquellas áreas que han sido afectadas hasta la fecha.

Objetivos

- Conocer el concepto de Inteligencia Emocional, sus habilidades y competencias.
- Valorar la importancia de ser inteligente emocional-mente y sus múltiples beneficios en el ámbito laboral.
  Identificar y ejercitar aplicaciones concretas de la inteligencia emocional en el ámbito laboral, negociación y relaciones interpersonales.
- Desarrollar habilidades personales de autoconocimiento, que promuevan el cambio personal y permitan ser más inteligente en lo emocional.
- Potenciar el liderazgo mediante el reconocimiento, entendimiento y potenciación de las emociones en los colaboradores.

Temario: Origen del concepto "Inteligencia Emocional"

- Thorndike y la Inteligencia Social.
- Las inteligencias múltilples.
- Inteligencia intrapersonal e Inteligencia interpersonal.
- Salovey y Mayer.
- Daniel Goleman.
- De nición de Inteligencia Emocional.
- Características de las capacidades de la inteligencia emocional.

Temario: II Las habilidades practicas

- Autoconciencia.
- Autorregulación.
- Motivación.
- Empatía.
- Destrezas sociales.

Temario: III Bene cios de ser inteligente emocionalmente.

- Beneficios psicológicos.
- Beneficios a nivel físico.
- Beneficios a nivel motivacional y logros.
- Beneficios en el ámbito social.

Temario: IV Las competencias emocionales en el contexto laboral.

- Conciencia emocional, Correcta autovaloración, y
- Autoconfianza.
- Autocontrol, Confiabilidad, Conciencia, Adaptabilidad, e Innovación.
- Impulso de logro, Compromiso, Iniciativa, y Optimismo.
- Comprensión de los otros, Desarrollar a los otros, Servicio de Orientación, Potenciar la diversidad, y Conciencia política.
- Influencia, Comunicación, Manejo de conflictos, Liderazgo, Catalizador del cambio, Constructor de lazos, Colaboración y cooperación, y Capacidades de equipo.

Temario: V Inteligencia Emocional y éxito laboral.

- Insuficiencia de la aptitudes y nivel de CI.
- Valoración de las actitudes.
- El papel de la emoción en el trabajo.
- Características y rasgos de las personas de éxito.
- Características y rasgos de las personas que fracasan.
- Clima laboral.
- Liderazgo
- El trabajo en equipo

Temario: VI Otros componentes emocionales.

- El estado de animo.
- La alegría y el Buen Humor.
- La comunicación táctil.
- Capacidad de Aprendizaje.
- Percepción del cambio y Capacidad de adaptación.

Temario: VII Aplicaciones de la Inteligencia Emocional en el ámbito laboral.

- Detección de las necesidades y motivaciones del otro.
- Buen trato y refuerzo positivo.
- Negociación, Persuasión y Venta.
- El espíritu de la empresa.
- Resolución de conflictos.
- Selección de personal, Promoción y Desarrollo de carrera.
- Ser un "asistente emocional" de sus colabores.
- Beneficios correctos en crecimiento de los negocios y en la economía.

Temario: VIII Plan Personal de desarrollo.

- Mis fortalezas.
- Mis aspectos a mejorar.
- Mis expectativas de cambio.
- Definición de objetivos.
- Resistencias.
- Plazos.
- Gestión del Cambio.

Profesor

Luis Utrilla del Castillo, experto en inteligencia emocional. Coach en habilidades directivas, competencias profesionales, gestión emocional, entrenamiento deportivo… tanto en empresas (nacionales y multinacionales) como en particulares.

- Experto en Inteligencia Emocional.
- Formador de Formadores.
- Educador Emocional.
- Experto en Evaluación de decisiones estratégicas.
- Fundador: Pilares Fundamentales para la integridad personal.